NA STRAŻY ZDROWIA



Rok VII

Państwowa Szkoła Higieny
(Państwowy Zakład Higieny)

Nr. 2

NA STRAŻY ZDROWIA

MIESIĘCZNIK

REDAKTOR PROF. DR. M. KACPRZAK

Redakcja i Administracja: Warszawa, ul. Chocimska 24, Państw. Szkoła Higieny

Rok VII | Warszawa, Marzec 1946 | Nr. 2

* *

Ze wszystkich klęsk społecznych alkoholizm jest jedną z niewielu, których wykorzenienie zależy wyłącznie od dobrej woli ludzkiej, jedną z niewielu, w których wystarczy powiedzieć NIE, by ich nie było, jedną z niewielu, które człowiek sam sobie stworzył, bo alkohol na swoją zgubę wynalazł i rozpowszechnił. Cóż zdawałoby się łatwiejszego nad wyrzeczenie się trucizny, rujnującej zdrowie, niszczącej dobrobyt, prowadzącej często do zbrodni, do nieszczęść, a zawsze do zubożenia, do nędzy.

Zdawałoby się, wystarczy uświadomienie sobie, czym jest wódka, by jej nie było, a jednak tak nie jest. Nie ma bodaj ludzi, którzyby nie wiedzieli do czego wódka prowadzi, którzyby mogli szczerze powiedzieć, że wódka kogokolwiek, kiedykolwiek uszczęśliwiła (z wyjątkiem szynkarzy), a jednak mało jest takich, którzyby mieli odwagę oprzeć się pokusie, powiedzieć odważnie sobie i innym, że NIE. Wszyscy wiemy jakie są skutki nietylko nadużywania, ale i używania alkoholu, tymczasem plaga alkoholizmu raczej wzrasta niż się zmniejsza, a w ostatnich czasach wzrasta zatrważająco.

Piją ludzie wszystkich stanów i wszystkich zawodów, piją wykształceni i analfabeci, piją dygnitarze i nikomu nieznani biedacy, piją przy każdej sposobności, a jak jej nie ma, to ją sobie stwarzają. Najbardziej niepokojące jest to, że pije młodzież, która zabawę często utożsamia z pijaństwem. Jakież stąd wyjście, czy nowe zakazy? NIE.

Trzeba nauczyć się świętować, bawić, cieszyć bez wódki, trzeba, żeby człowiek miał tak bogate życie wewnętrzne i takie zainteresowania, żeby chciał i umiał przepędzać czas przyjemnie nie tylko przy kieliszku, ale i w teatrze, i w kinematografie, i na odczycie, i na boisku sportowym, i na zabawie, i we własnym mieszkaniu w gronie rodziny i przyjaciół!

Trzeba, żeby każdy wiedział, co ma zrobić z wolnym czasem tak, żeby mu było wszędzie i zawsze lepiej bez kieliszka, niż z kieliszkiem. Trzeba, żeby było wesoło bez wódki.

Wtedy zamiast szynku powstanie szkoła lub dom ludowy,

wtedy Polska będzie naprawdę potężną,

wtedy w Polsce będzie dobrze.



Uwziął się diabeł na biednego chłopa, by go do grzechu zmusić. Przyszedł więc pewnego razu do niego i rzekł: „Czeka Cię niechybna śmierć. Ale daruję Ci życie, jeśli zrobisz jedną z trzech rzeczy: 1) albo zabijesz ojca, 2) albo bezcześcisz siostrę, 3) albo będziesz pił wódkę."

Bez namysłu odrzucił chłop pierwsze dwie, a na trzecią chętnie się zgodził. Dziwił się tylko, że tak tanio można się od śmierci wykupić. To też pił chętnie i wiele. Wkrótce jednak po pijanemu zrobił i dwie pierwsze: zabił ojca i zbezcześcił siostrę.

(przypowieść wschodnia).

Pić czy nie pić.

Zacznijmy od przykładów, wziętych z życia.

1. Właściciel restauracji, człowiek dość zamożny, nieszczęśliwy był w pożyciu małżeńskim. Niesnaski i kłótnie panowały w domu tak długo, aż zrozpaczony mąż (ów restaurator) rozwiódł się z żoną; w następstwie rozpaczy, jak mówią rozpił się. Samotne życie wydało mu się jednak ciężkie, więc ożenił się powtórnie, ale i ponowne małżeństwo, napozór szczeęśliwe, od pijaństwa go nie wyleczyło. Dłuższe zatruwanie organizmu wódką nie pozostaje nigdy bez wpływu na stan duchowy, więc i w tym przypadku rozwinęła się po pewnym czasie u pijącego choroba umysłowa — obłęd charakterystyczny dla pijaków: począł on miewać różne dręczące go widzenia, widzieć rzeczy, których nie było, słyszeć głosy, które nie istniały. Zaczął więc podejrzewać żonę swoją o stosunek miłosny z pasierbem, to jest z synem swoim z pierwszego małżeństwa. Przejęty grozą na samą myśl o podobnym przestępstwie zaczął chodzić na cmentarz, na grób ojca radzić się go, co w danym razie uczynić. Wizyty te trwały długo, wreszcie jakby pod wpływem tych właśnie rad, które mu ojciec dawał z tamtego świata, zdecydował się na straszny czyn.

Pewnego poranka, kiedy żona jeszcze spała, chwycił nóż kuchenny i rozpłatał jej brzuch, mszcząc się w ten sposób za urojone pohańbienie rodziny. Nieszczęśliwa w dwa dni potem zmarła w strasznych cierpieniach od ran, zadanych przez szaleńca. Dokładne badanie, przeprowadzone tuż po dokonanej zbrodni, wykazało, że zmarła nie była w niczym winna i, że całe podejrzenie było tylko „wizją" obłąkanego pijaka, który działał pod wpływem alkoholu, a nie woli wyższej.

Postępowanie mordercy było tak charakterystyczne, że natychmiast po dokonaniu zbrodni wzięto go do szpitala, aby poddać obserwacji lekarskiej. Krótka obserwacja wykazała, że zbrodnię popełnił on nieświadomie, gdyż działał w stanie obłędu opilczego.

Sąd uznał przestępcę za niepoczytalnego i od odpowiedzialności uwolnił, lecz uważając, iż taki człowiek może popełnić więcej zbrodni, pozostawił go pod opieką szpitala dla obłąkanych.

2. Zdrowa i dzielna dziewczyna wiejska od młodych lat zaczęła się przyzwyczajać do kieliszka. Doszła też do takiej doskonałości, że na własnym weselu szła z gośćmi w zawody, kto kogo przepije. I wszystkich zwyciężyła. W podziw wprawieni byli goście, wszyscy głośno jej przyklaskiwali, a mąż był dumny, że ma żonę, która chłopów przepiła. Wiele obiecująca dziewczyna po zamążpójściu rozwinęła w sobie jeszcze więcej skłonności do wódki i wkrótce rozpiła się na dobre. Tak zwykle rozwija się pijaństwo — każdy wypity kieliszek woła o następny. Skutki pijaństwa nie dały na siebie i tutaj długo czekać i bohaterka nasza wpadła w melancholię.

W czarnych barwach zaczęło jej się przedstawiać własne życie, miewała różne gnębiące ją przewidzenia, aż wreszcie zdecydowała skończyć życie samobójstwem i zabić troje swoich dzieci. Wstała o świcie, wzięła siekierę i zarąbała na śmierć dwu swoich synków, a córkę tak pokaleczyła, że ta ledwie uszła z życi Po dokonaniu tego strasznego czynu, sama rzuciła się do studni, chcąc się utopić, ale ją uratowano. Badania lekarskie wykazały, że *działała ona pod wpływem obłędu opilczego, dlatego też sąd uznał ją za niepoczytalną i umieścił w szpitalu dla obłąkanych.*

3. Zamożny gospodarz wiejski rozpił się. Pracował dobrze, kiedy był trzeźwy, coraz częściej jednak bywał pijany, coraz więcej pieniędzy szło na gorzałkę. Gospodarstwo zaczęło chylić się do upadku, bo gospodarz coraz mniej pracował. Dom przestał być domem, stając się piekłem, co widząc, chłop wpadł w rozpacz. Na trzeźwo obiecywał poprawę, słowa jednak nigdy nie dotrzymał, bo nie miał tyle siły woli, aby zapanować nad nałogiem,

którego stał się niewolnikiem. Zaczął więc coraz częściej wpadać w gniew niepohamowany, nawet z najbłahszych powodów. Pewnego razu jego mały synek, pasący krowy, spalił kilka marek papierowych, które przypadkiem dostały mu się do rąk. Dowiedziawszy się o tym ojciec wpadł w furię: schwycił siekierę i odrąbał dziecku obie rączki. Matka, która dopiero co wstała po połogu i która w dodatku była chora na serce, w tym właśnie czasie kąpała najmłodsze niemowlę. Słysząc krzyki, wybiegła zobaczyć co się dzieje, a kiedy ujrzała straszny obraz dziecka z odrąbanymi rączkami, padła trupem na miejscu. Niemowlę, pozostawione samo w kąpieli, utonęło. Szaleniec oprzytomniał z gniewu i zorientował się w tym co zrobił, dopiero wówczas zobaczył trupy żony i dziecka. Naprawić zbrodni dokonanej, niestety, już nie mógł.

W bezsilnej rozpaczy, która nastąpiła po dzikim gniewie, poszedł do stodoły i powiesił się na belce.

Przytoczone trzy obrazki są tak przekonywujące, że wyjaśnień i dodatków nie wymagają. I gdybyśmy mieli możność poznać dokładnie przeszłe życie chorych w szpitalach, w zakładach dla obłąkanych, włóczęgów w przytułkach dla bezdomnych i domach noclegowych, przestępców w więzieniach, przekonalibyśmy się, że przykłady, o których dopiero co była mowa, nie należą do rzadkich. Dużo było by miejsca wolnego w więzieniach, mniej było by szpitali i przytułków, mniej było by żebraków, gdyby nie wódka.

Pijaństwo do dobrego nie prowadzi, o tym wszyscy wiemy.

„A niech się ta chłopy biją, to Moszek w nich wódkę leje. Żyd, chłop, wódka — stare dzieje.“ Tak mówi największy poeta polski ostatnich czasów, Wyspiański i tak sobie często wyobrażamy przeszłość. Powiadają, że chłop dawniej pił, bo musiał, bo żył w nędzy i ciemnocie. Samowola pana, lichwa karczmarza i ucisk obcego najeźdźcy, pędziły przemocą chłopa do karczmy. Chłop pił, bo musiał, pił z biedy, własną nędzę wódką zalewając. Dziś jednak mamy inne czasy.

Dawne karczmy dworskie zniknęły. Brutalna władza obcego ciemięzcy została zgnieciona i wolny chłop w wolnym kraju ma sam sobie prawa dyktować. A cóż się stało z wódką? Zdawało by się, że chłop, wiedząc dobrze do czego wódka prowadzi, wyrzeknie się jej, aby dać dowód, że umie być wolnym i godnym obywatelem kraju. Przecież nikt i nic do wódki obecnie go nie zmusza.

Przyjrzyjmy się bliżej, co się dzieje wokoło. Pije się na chrzcinach, pije się na weselu, pije się pogrzebie, pije się z radości

i ze smutku, pije się przy sprzedaży i przy kupnie, pije się zawsze i wszędzie, gdzie tylko się nadarzy sposobność, a jak tej sposobności nie ma, to ją sobie łatwo stwarzamy. *Prawda, że nie tylko chłop pije. Jak polska długa i szeroka pijaństwo szerzy się coraz bardziej, coraz więcej ludzie piją i coraz więcej ludzi pije.* Bez wódki nie ma już teraz najskromniejszego przyjęcia, człowiek wcale niepijący staje się rzadkością, białym krukiem, a przyjęcia bez wódki nie można sobie wyobrazić. Piją coraz więcej nawet kobiety, które coraz bardziej stają się podobne do mężczyzn, ale nie koniecznie w tym co dobre, piją i dzieci, które obecnie bardzo wcześnie wychodzą z pod opieki rodzicielskiej.

Robotnik pije, bo brakuje mu na szklankę mleka i parę deka masła dla dziecka, urzędnik pije, bo za całą miesięczną pensję może kupić 2 — 3 butelki wódki; ci, co mieli majątki i potracili je piją z rozpaczy, ci, co nic nie mieli, a teraz mają dużo, piją z radości, chłop pije, bo kontygenty duże i miasto karmi darmo, bo za swoje produkty nic nie otrzymuje. Każdy stan i zawód na coś się skarży i każdy wódką robaka zalewa. Wokoło słyszy się, że jest źle, że bieda aż skwierczy, że nie ma co jeść, a wszędzie widzi się pijących, ciągle spotyka się pijanych. Każdy, niosąc kieliszek do ust, wzdycha; „bodaj to dawne czasy"; ale chyba nie dlatego lepsze, że było więcej wódki, bo tego i dziś nie brak.

Niewątpliwie czasy są ciężkie i to dla wszystkich. Tych, co stracili całe swe dobro, a co gorsza — najbliższych, jest wiele tych, co się dorobili i wszyscy w zdrowiu razem pozostali — mało. Bardzo wielu, bo większości z nas trudno związać koniec z końcem, ale czy wódka przyniesie nam choć najmniejszą ulgę, czy choć cokolwiek w tej trudnej sytuacji pomoże? Przecież znane dobrze i słuszne w każdym calu powiedzenie, że nikt jeszcze majątku nie przejadł, a przepił nie jeden, jak nie sam, to z kompanami.

W tym miejscu warto wspomnieć opowiadanie o tym chłopie, co cały swój majątek zostawił w karczmie (dziś mówi się ładniej — w restauracji). Kiedy już mu nic nie pozostało i nie miał czym płacić, właściciel tej karczmy przestał go wpuszczać do wnętrza, bo i po co? Wziął ów chłop do rąk łokieć, podszedł do drzwi karczmy i zaczął je na wszystkie strony mierzyć raz, drugi, trzeci i dziesiąty. Zebrała się gromada ludzi i wszyscy ze zdziwieniem przyglądają się, co też ten gospodarz robi. Zdecydowali, że od wódki i ze zmartwienia popsuło mu się w głowie. Aż wreszcie ktoś się zapytał, po co on wciąż, bez końca drzwi łokciem mierzy. A chłop z miną filozofa odpowiada: „Nie wiem

jak to się dzieje, że przez te drzwi cały mój majątek przeszedł, a teraz to ja sam zmieścić się nie mogę, bo mnie nie wpuszczają". I rzeczywiście nie ma takiego majątku, którego nie można było by utopić w kieliszku.

Biorąc zresztą pod rozwagę nasz obecny stan trzeba powiedzieć, że nas nie stać na pijaństwa, że wódka w naszych warunkach to zbytek, to rozpusta. Francuz lub Anglik, jeśli nie dba o swoje zdrowie może jeszcze sobie pozwolić na kieliszek wina, albo szklankę piwa, nam i tego nie wolno.

Przed wojną przepijaliśmy w Polsce około 600 milionów złotych rocznie, a więc trzecią część całego budżetu. Dziś pewno jest niewiele lepiej. A jesteśmy w sytuacji wyjątkowej.

Musimy sobie powiedzieć, że nie jesteśmy wcale jeszcze na dorobku, nie dość nawet powiedzieć, że jesteśmy biedni, lecz wprost nędzarze. Cały nasz kraj przypomina tego parcelanta, co przyszedł na gospodarstwo, to jest na kawał pustego ugoru, z parą przełamanych narzędzi, nędzną krowiną i gromadą drobnych dzieci, bosych, obdartych i niedożywionych. Dziesięciu palcami musi z ziemi dopiero wydrapać kawałek chleba i to, co na chleb. W tych okolicznościach każdy kieliszek wódki to dziura w gospodarstwie, lub odjęcie od ust dzieciom kawałka chleba.

Ale nędza to nie jedyny skutek pijaństwa. Obok nędzy stają też choroby. Że alkohol działa na mózg, widzimy przyglądając się człowiekowi pijanemu, który zawsze wygląda jak w obłędzie. Grupa pijanych to gromada wariatów: jeden się śmieje, drugi płacze, ten wszystkich całuje, tamten rwie się do bójki, a nikt nikogo nie słucha, wszyscy razem wołają, krzyczą, śpiewają, lub kłócą się, zupełnie jak w zakładzie dla umysłowo chorych, gdy grupa wariatów razem się zbierze. Ten kto się często upija, często też kończy życie w zakładzie dla wariatów, gdzie trzecia część chorych trafia dlatego, iż nadużywali wódki. Na skutek nadużywania napojów wyskokowych następują zmiany we wszystkich narządach, a więc w mózgu, w żołądku, w sercu, w wątrobie i innych. Kiedy po dłuższym okresie czasu zajdą w tych narządach duże zmiany, inaczej mówiąc — kiedy one zwyrodnieją, żadne lekarstwa nie pomogą. Jeżeli ktoś w młodości pił za dużo wódki, to żeby nie wiem jak później rozpuszczał ją wodą, nie pomoże. Będzie cherlał i cherlał, aż nędznie zejdzie ze świata.

Wódka jest też często przyczyną nieszczęśliwych wypadków. W fabrykach i na drogach, w samochodach i na wozach było by o wiele mniej nieszczęść, gdyby nie pijaństwo. Tu czę-

sto nawet wcale nie o pijaństwo chodzi, lecz o te parę kieliszków, które niby to dodają odwagi, a w rzeczywistości osłabiają działalność mózgu. Człowiekowi się wtedy zdaje, że wiele więcej może, niż zwykle, a on odurzył sobie umysł i z tego powodu zdaje mu się, że może wszystko! W tym przypadku kiedy mowa o maszynach i trudniejszych do obsługiwania narzędziach, lepiej byłoby już chyba upić się porządnie. Szofer w samochodzie, maszynista na parowozie, mechanik w fabryce jeżeli wypiją trochę, mogą spowodować ogromne nieszczęście i nie raz to czynią, kiedy zaś spiją się na dobre, to leżą i śpią, więc przynajmniej innym nie robią krzywdy.

Ale największym, najgroźniejszym, najfatalniejszym, następstwem wódki jest przestępstwo. Zbrodnia i wódka idą razem po wsze czasy.. Kto ma choć drobne wątpliwości niech zajrzy do więzień, albo jeszcze lepiej — niech zważy, co u nas działo się w czasie ostatniej wojny i okupacji. Pomyślmy tylko, ile ludzi dla wódki współbraci sprzedawało, ile przez wódkę braci wydało? A ile było zupełnie przypadkowych „wsyp“ przez wódkę.

Ile razy wpadali w ręce wroga dzielni pracownicy różnych organizacji tylko przez wódkę, która zaćmiła im umysły i pozbawiła najprostszej ostrożności. Znamy wszyscy przypadki, że przez wódkę dostawały się do rąk żandarmów całe komórki organizacyjne, a nawet oddziały partyzanckie, bo i wystawione czujki także były „zalane“. Czym to się różniło od tych dawnych czasów, o których poeta pisze:

„Wszystko pijane. Pijani hetmani.
Towarzystwo pijane, pijana straż, zgoła,
Obóz wszystek pijany. Oj bre, bre.....“

Ginął też nieraz z tego powodu kwiat młodzieży, ginęli dzielni ludzie, *ginęli wszyscy śmiercią okrutną*, i zupełnie niepotrzebną, a co najgorsze nawet nie chwalebną, bo umierali wprawdzie za sprawę, *ale tylko przez wódkę.* Mało tego zresztą, że sami ginęli, często pociągali za sobą wielu innych. Powiedzmy też sobie szczerze i otwarcie: na wiele rzeczy pieniędzy brakło, a na wódkę zawsze były i w najcięższych czasach. Sprawa ta, według mego zdania, jest tak poważna, iż człowieka pijącego bez opanowania, choćby tylko przypadkowo, nie należało by przyjmować do żadnych tajnych związków i organizacji. Kto się upija choćby tylko przypadkowo i nawet na bardzo wesoło, nie ma prawa należeć do organizacji, w której wymagana jest jak najdalej posunięta ostrożność i najtrzeźwiejszy umysł. Obecnie zaś ludzie nadużywający alkoholu, choćby poza tym byli bardzo

wartościowi, powinni być bezwzględnie usuwani z odpowiedzialnych stanowisk, bo pijany dygnitarz kompromituje Państwo.

Idźmy jednak dalej w tym rozumowaniu i rzućmy okiem sprawiedliwych sędziów, lecz o ile można bez nienawiści na to, co się działo u nas przez lata okupacji. Wiemy, że już nie tysiące, lecz miliony ludzi w naszym kraju zostało wymordowanych w sposób bezwzględny i jak najbardziej okrutny. Wiemy, że przed śmiercią często nad ofiarami się znęcano, zwiększając zupełnie świadomie cierpienia ludzi bezbronnych, wyczekujących śmierci. A co się działo w więzieniach i obozach? w Majdankach, Oświęcimiach i tylu, tylu innych.

Nie wystarczy powiedzieć, że ci oprawcy to byli zwierzęta, nie ludzie, bo zwierzę inne morduje, żeby je pożerać, albo w obronie swego legowiska, lub swego istnienia, nigdy jednak dlatego tylko, żeby znęcać się lub pastwić, nie dlatego, by odczuwało rozkosz, widząc cierpienia innych. Do takiego okrucieństwa zdolne są tylko potwory ludzkiego pochodzenia i o ludzkim wyglądzie, posiadające ludzki umysł, czasem nawet bardzo rozwinięty, lecz pozbawiony tej wartości człowieka, która wynosi go nad wszystkie twory, a mianowicie zdolności odczuwania cierpień innych. Kto może obojętnym okiem patrzyć na cierpienia nie tylko bliskich swoich, lecz i obcych zupełnie osób, lub nawet zwierząt, — to nie człowiek. Potwory takie istnieją we wszystkich krajach, ale to są zwyrodnialcy, ludzie chorzy. Masy — jeśli to robią — muszą być odurzone i najczęściej odurzają się wódką.

Zapytajcie tych, którzy siedzieli lata w więzieniach i obozach, a powiedzą wam, że ich oprawcy, a przynajmniej wykonawcy, to jest ślepe narzędzia w rękach zwyrodnialców, zezwierzęcenie swoje okazywali po pijanemu. Zresztą wszyscy prawie widzieliśmy, jak te zwykłe pachołki, trzymające w postrachu kraj cały, zalewali robaka wódką. Wielu z nich chodziło po pijanemu od rana do nocy. Ci, którzy pamiętają powstanie warszawskie i późniejsze czasy, mogą także dużo powiedzieć o dzikich rabunkach i zwierzęcych gwałtach, związanych zawsze z wódką. Rabuje się, żeby było za co pić, gwałci się, bo się za dużo wypiło, od wódki się zaczyna i na wódce się kończy. Jak szerzyło się u nas pijaństwo w latach okupacji i jakie to pociągało za sobą skutki, mówi przykład jednej gminy powiatu warszawskiego, na podstawie obserwacji miejscowego działacza społecznego. W gminie było 12.000 mieszkańców, przeważnie chłopów, robotników i drobnych handlarzy.

Gmina K. pow. warszawski, 12.000 mieszkańców: chłopi, robotnicy, i drobni przekupnie.

„Przed wojną pili chłopi w czasie jarmarków i uroczystości familijnych, robotnicy dodatkowo w soboty i niedziele, młodzież na zabawach dość licznych. Szynkowni było osiem, pokątnych sklepów z tajnym wyszynkiem 12. Przeciętne spożycie na głowę 4 litry rocznie. W czasie wojny początkowo spożycie się zmniejszyło. Był to okres montowania „bimbrowni".

Zmontowano ich na terenie gminy 18 (dane z 1943 roku). Każda przerabiała przeciętnie 89 kg. mąki dziennie, co daje około 1200 q żyta rocznie, przeciętnie 10 kg. na głowę, czyli 5 litrów bimbru. (Liczby zaokrąglone).

Do tego należy doliczyć premie, jakie okupant przydzielał w postaci wódki na kontygenty. W roku 1934 spółdzielnia rolniczo - handlowa rozprowadziła na teren tej gminy wódczanych premii 18.000 litr. czyli1,5 litra na mieszkańca. Razem w czasie wojny przeciętnie spożycie wynosiło 6,5 na głowę. Po odliczeniu dzieci i kobiet, które piły w znikomych ilościach (na terenie gminy tylko 16 „pijaczek") wypadałoby przeciętnie na „pijącego" 20 litrów rocznie. Ponadto był jeszcze dopływ ze źródeł postronnych. Na podstawie danych z jednej szynkowni dopływ ten wynosił 30 proc. „produkcji" miejscowej. Gdyby uogólnić to przeciętne spożycie na „pijącego" wzrosło-by do 27 litrów rocznie.

Pomnożyły się okazje: szmugiel i załatwianie wszelkich interesów urzędowych były połączone stale z libacjami. Niepewność życia i mienia stworzyły do tego nastroje.

Skutki w r. 1943:

4 wypadki zatrucia śmiertelnego, stwierdzone przez lekarza;

3 zabójstwa w stanie podniecenia; 8 ciężkich skaleczeń i cały szereg drobnych obrażeń, głównie na tle osobistych porachunków, które starano się likwidować w stanie podniecenia alkoholem".

Wreszcie, w chwili obecnej, jeszcze jeden szczegół trzeba wziąć pod rozwagę: przerabia się na wódkę zboże, które powinno iść na chleb, a którego ogromny brak, a pije się zaś nie wódkę lecz jakiś odurzający trujący napój, który najzdrowszy organizm może zrujnować.

Urzędowa wódka jest droga, więc robi się pospolicie zwany bimber, używając jako surowca melasy, cukru, a najczęściej mąki, lub kartofli. Proceder ten jest bardzo dochodowy, stąd nie ma chyba miasteczka, a nawet wsi, w której by jakiś przedsiębiorczy obywatel nie pędził poszukiwanego napoju. Już się nawet przestali ludzie z tą robotą skrywać, cała rzecz tylko w tym, aby się opłacało. Mało tego, wódka jest do pewnego stopnia

najlepszym środkiem wymiany, to znaczy chętniej jest brana niż pieniądze, bo za wódkę można wszystko kupić, wszystkich przekupić, wszędzie dotrzeć, dojechać. Pieniądze nie każdemu można zaproponować, wódkę tak i zawsze z dobrym skutkiem.

Ta wódka domowego wyrobu jest wstrętna, cuchnąca, czasami można ją pić tylko zatknąwszy nos. Już sam odstręczający zapach wskazuje, że ten napój odpowiedni dla człowieka nie jest. I w samej rzeczy, napój jest nieoczyszczony, dlatego więc zawiera dużo substancji szkodliwych, a nawet trujących. Mamy dużo przykładów zatrucia bimbrem, znane są przypadki kiedy ludzie po przyjęciu z bimbrem, chorowali na zaburzenia żołądkowe — jelitowe, jak na cholerę, ślepli, a nawet kończyli śmiercią. To jest zrozumiałe. Jeżeli 1 i pół litra prawdziwej wódki może doprowadzić człowieka nieprzyzwyczajonego do śmierci, to takiej trucizny jak bimber i połowa wystarczy. Mało tego, są tacy specjaliści, którzy umyślnie dodają dla mocy wyjątkowo szkodliwych środków, zwiększających jeszcze niebezpieczeństwo bimbru. Kto więc myśli o zdrowiu swoim i swoich dzieci, kto dba o swoją godność ludzką, kto ma na myśli dobro swego kraju, nie powinien ani fabrykować bimbru, ani go sprzedawać, ani pić. Polskę trzeba budować w ogóle bez wódki nawet najlepszej, a tej truciźnie, którą dziś nazywa się wódką, trzeba wypowiedzieć walkę bez litości i to natychmiast.

Tuż po pierwszej wojnie światowej zmniejszyło się spożycie napojów wyskokowych we wszystkich prawie krajach. W Anglii weFrancji, w Belgii ilość wódki spożywanej spadła znacznie. Ameryka i Finladia wprowadziły u siebie prohibicję, to jest zupełny zakaz wyrobu i sprzedaży napojów alkoholowych. Później prohibicja została zniesiona, ale rożne ograniczenia nadal istniały. Wszystkie państwa robiły wysiłki, aby ludność odciągnąć od wódki. Obecnie znowu ten ruch przeciwalkoholowy mocno się ożywia we wszystkich krajach.

I u nas, od pierwszych chwil niepodległości, były czynione w tym kierunku próby, ale ze skutkiem nie nadzwyczajnym. Jeszcze w 1920 roku wydana była u nas piękna ustawa przeciwalkoholowa, ale ustawa ta w życie nigdy całkowicie nie weszła, bo wszyscy ją gwałcili lub omijali. Wszystkie rządy po kolei patrzyły na handel wódką, jako na najpewniejsze źródła dochodu i rzeczywistą walką z alkoholizmem nie zajmowały się. Kościół z pijaństwem energicznej walki nie prowadził. Zresztą na to, co duchowieństwo o wódce jak i innych ziemskich sprawach mówiło, ludzie oddawna, kiwając głowami odpowiadali, że ksiądz jest po to, żeby nauczał, a ludzie po to, żeby grzeszyli. Towa-

rzystw, które zajmowały by się walką z alkoholizmem mieliśmy bardzo mało szczególnie na wsiach, a te co były, nie miały większego powodzenia. Piło się więc, ile było można, na ile starczyło grosza.

Nałóg pijaństwa tak głęboko u nas zakorzeniony sięga do najdawniejszych czasów. Dlatego sława o naszej skłonności do kieliszka rozeszła się już po całym świecie. Nie ma dziś miejsca na kuli ziemskiej, gdzieby Polaków nie było, a gdzie się ich zbierze choćby mała grupka, tam nie obejdzie się bez wódki. Podróżując przed dwudziestu laty po Ameryce, miałem możność przyjrzenia się nawet w tym kraju, gdzie handel wódką był wówczas zupełnie zakazany, pijaństwu wśród polskich wychodźców. Prawda pili nie tylko Polacy, lecz Polacy przewyższali inne narody, to też pijaństwo szerzyło się wśród nich znacznie więcej, niż wśród innych narodów. Nie było przyjęcia na któreby nasi rodacy przychodzili bez wódki w kieszeni i nie raczyli się pokryjomu. A popociągało to za sobą oprócz więzienia i innych kar, wiele fatalnych następstw, przede wszystkim zaś awantur i bijatyk. W różnych miejscowościach Amerykanie zapytywali mnię, czy to już taki zwyczaj w Polsce, że nie może być zabawy bez pijatyki i co zatem idzie bez bicia się. Bo podobno w Ameryce nie ma polskiego wesela bez pijaństwa i bez bijatyki. Zaczyna wesele ksiądz, dając ślub, kończy policjant spisujący protokół. A Francuzi od bardzo dawnych już czasów używają, jako dowcip powiedzenia: „Urżnął się, jak Polak“. Kiepska to jest sława, ale widocznie nie zasłużyliśmy na lepszą i dajemy powody, aby tak o nas mówiono.

Trzeba jeszcze dodać, że my pijemy jak ludzie dzicy, dla których pić — znaczy upić się, aby głośno śpiewać, krzyczeć, awanturować się, a później leżeć, jak martwy. Bo i cóż to była by za zabawa gdyby się nikt naprawdę nie upił. A wesele? Ujmę czyniło by gospodarzowi i zły byłby znak dla państwa młodych, gdyby goście rozeszli się na trzeźwo. I odwrotnie, z jaką to dumą mówią, że chłopi się tak na weselu popili, że sami z sobą tańczyli, że ktoś przez próg przechodząc upadł i nie mógł się podnieść, że dwaj sąsiedzi co krzywo na siebie patrzyli przez parę lat, przy kolacji płakali i całowali się, jak rodzeni bracia, że baby pijane śpiewały. Będzie co wspominać całe życie. I to jest najsmutniejsze świadectwo jakie sami sobie wystawiamy.

Przecież i inne narody piją, niekiedy nawet dużo, może więcej od nas, piją jednak bardziej umiarkowanie, niekoniecznie dochodząc do utraty przytomności. Mówi się u nas, że dla paru kieliszków nie warto sobie nawet „gęby parzyć“. Jak pić to

na butelki, albo wcale. Anglik, Niemiec, Francuz wypije parę kieliszków na jakimś przyjęciu, przy spotkaniu ze znajomym, lub nawet i u siebie przy obiedzie. Może to mu się zdarza i dość często, i to umiarkowane picie zdrowie jego również rujnuje, ale nie przestaje on być człowiekiem, bo nie przekracza miary w taki sposób, jak my.

Powiadają, że w dawnym Rzymie, chcąc wzbudzić w dzieciach swych wstręt do pijaństwa, pokazywali im pijanych niewolników, tarzających się po ziemi. Pierwsi koloniści amerykańscy, wstrzemięźliwi sami co do używania mocnych napojów, zabraniali sprzedaży wódki czerwonoskórym Indianom i służbie, bo i jedni i drudzy nie umieli pić, aby się nie upić. A pijaństwo, czyniło Indian niebezpiecznymi, służbę — co najmniej bezużyteczną.

Doświadczenia wszystkich podróżników mówią, że ludzie pierwotni mają pociąg do wódki głównie dlatego, że ona wprowadza ich w dziki szał i w następstwie robi naturalnie zupełnie nieodpowiedzialnymi za ich czyny. Ne widzą oni żadnej przyjemności w piciu bez dzikiego pijaństwa. Ten stosunek do wódki widzimy u wielu narodów wschodnich. W tych krajach biednych i mało kulturalnych, biorąc średnio na głowę i przez cały rok, czasem nawet używają wódki niewiele, ale kiedy piją to już na umór. Jakiś Chińczyk zapytany kiedyś, dlaczego tak pije bez umiarkowania, odpowiedział, że nie po to pije, żeby pić, tylko po to, żeby się upić. Taki człowiek pierwotny będzie żył w nędzy, będzie sobie we wszystkim odmawiał, aby tylko od czasu do czasu uraczyć się wódką. Kiedy się dorwie do wódki, to już nie pije, tylko leje w siebie do utraty przytomności, a co za tym idzie noc spędza w urzędzie policyjnym lub pod płotem, tarzając się we własnych nieczystościach. Pijąc parę lub kilka razy do roku, uważa za punkt honoru, aby tak się upić, żeby o tym wiedziała i mówiła cała wieś lub miasteczko i żeby on sam o tej uroczystości pamiętał dopóty, dopóki się nie nadarzy druga podobna okazja. Dla niektórych nawet życie dzieli się na okresy; od jednej pijatyki do drugiej.

Niestety ten rodzaj pijaństwa u nas jest dość częsty. Dodajmy również, że choć wszystkie zawody i wszystkie stany w Polsce piją za wiele, to robotnicy i ludność niezamożna wiejska piją najmniej umiarkowanie. *Chłop polski nie pije, tylko upija się.*

Dwa są główne źródła takiego rozpanoszenia się u nas alkoholizmu i na nie trzeba zwrócić głównie uwagę: dawanie wódki dzieciom i przymus w towarzystwie — jedno i drugie głęboko zakorzenione, bo związane z odwiecznymi zwyczajami, uroczystościami, poglądami na istotną wartość życia i zdrowia i na przyjemność.

Dzieci piją wódkę, gdyż dają im rodzice i starsi, zwykle tak bywa, że kiedy dziecko dojdzie do pewnego wieku, rodzice sami namawiają je, skłaniają, niekiedy nawet zmuszają do picia. Cóż-by to był za chłop w przyszłości, który by nie umiał wypić w towarzystwie paru kieliszków wódki, mówią ojciec i matka, patrząc na podrastającego chopca. A rezultat tego stosunku do kieliszka jest aż nazbyt widoczny. Tam, gdzie rodzice nie piją, nie piją zwykle i dzieci, tam gdzie ojciec i matka piją, dzieci piją zawsze, często lepiej niż rodzice, bo w takiej szkole szybko się doskonalą, a w otoczeniu pijących żaden zakaz nie pomaga. Przestępstwem w stosunku do własnych dzieci jest przyzwyczajanie ich do wódki, bo prędzej, czy później zemści się to na nich, unieszczęśliwi je i ich rodziny. Dla dziecka alkohol jest trucizną stokroć gorszą w skutkach, niż dla dorosłych, bo i organizm dziecięcy jest znacznie wrażliwszy i przyzwyczajenie następuje prędzej, niż u dorosłych, dlatego też dziecko nie powinno dostawać ani kropli wódki lub piwa, nawet „na lekarstwo".

Zbrodnią wyraźną w stosunku do dziecka jest picie wódki przez matkę w czasie ciąży, albo wówczas kiedy karmi dziecko. W dawnym Rzymie, kiedy wódki jeszcze nie znano i pito tylko wino rozcieńczone wodą, kobietom nie wolno było używać i tego napoju. U nas, nawet kobiety będące w ciąży, piją cuchnący bimber bez mrugnięcia okiem. Że w następstwie tego zatruwania się nie jedno dziecko później ma jakieś wady, jest niezdolne do nauki, słabo rozwinięte fizycznie lub bardzo nerwowe, to nie ulega wątpliwości. Opamiętaj się więc matko i zanim weźmiesz kieliszek do ręki pomyśl sobie, czy masz prawo zatruwać tego przyszłego człowieka zanim jeszcze świat zobaczył, lub też to maleństwo, które własną piersią karmisz.

Przymus towarzyski jest drugim wielkim źródłem pijaństwa w Polsce. W towarzystwie wódka staje się koniecznością, bez wódki nie tylko nie ma zabawy, ale wartość człowieka w towarzystwie zależy od tego, czy może pić, czy nie, a kto więcej pije, ten jest dzielniejszy, więcej wart. Człowiek musi pić bo taki jest zwyczaj, bo gdziekolwiek pójdzie częstują go wódką. Nie raz jeść nie dadzą, a pić każą.

A jeśli ktoś nie pije, inni patrzą się na niego jak na dziwoląga, sobka, odludka, którego nie warto do towarzystwa zapraszać. Żeby żyć z ludźmi, żeby się za każdym razem nie wymawiać, człowiek pije, i innych do picia zmusza, bo kto pije u znajomych ten u siebie też częstować musi i tak w kółko.

Dziecko zdrowe, normalne, początkowo ma wstręt do wódki, ale zaczyna pić, bo rodzice dają, bo wszyscy dorośli piją, bo

dziecko, szczególnie podrostek, chce być jak najprędzej dorosłym, choćby go to kosztowało jak najwięcej. Człowiek dorosły nie chce czasem pić, nie znajduje w tym przyjemności, ale zwyczaj każe, więc przez zwyczaj, *źle zrozumianą gościnność* i fałszywie pojęty honor dwóch ludzi nie znajdujących przyjemności w piciu, zmuszają się nawzajem i obaj, krzywiąc się, piją. I tak pijąc stale po parę kieliszków, dziś tu, jutro tam, dziś ze znajomym, jutro z przyjacielem, pojutrze z wrogiem, człowiek przyzwyczaja swó. organizm do trucizny do tego stopnia, że po pewnym czasie bez picia trudno mu się obyć.

Do wódki bardzo łatwo można się przyzwyczaić. Nawet ten kto początkowo czuje odrazę do wyskoku, kosztując po kieliszku tu i owdzie, od dzieciństwa przyzwyczaja się do tej trucizny — podniety, alkohol staje się powoli jego nałogiem, z którym walczyć trudno. Nikt, zaczynając od kieliszka, nie jest w stanie z całą pewnością powiedzieć, że nie wpadnie w nałóg pijaństwa, szczególnie, jeżeli po przodkach oddziedziczył skłonność do alkoholu. Są ludzie, którzy od dziecka mają chorobliwy pociąg do alkoholu, to znaczy, że zacząwszy pić, nie są w stanie później opanować się. I nikt z nas nie wie, czy takiego chorobliwego pociągu nie przyniósł z sobą na świat. *Nie zapominajmy że każdy z tych trzech nieszczęśliwców, o których była mowa wyżej, zaczynał kiedyś od kieliszka dziennie dla lepszego trawienia, dla dodania sobie wesołości, albo dlatego, że rodzice dawali, że ktoś z przyjaciół namówił, żaden z nich, zaczynając pić, nie przypuszczał, że tak źlę skończy.*

I to jest jedyna odpowiedź na pytanie, czy można pić w miarę.

Ale człowiek lubi towarzystwo, a cóż robić bez wódki, jak się ludzie zbiorą? *Oświata, oświata i jeszcze raz oświata.* To jedno nauczy nas, jak czas mile przepędzić, zabawić się, to podniesie nasz dobrobyt i życie uczyni lżejszym i pokaże, czym ono naprawdę jest i jak z niego należy korzystać.

Książka, gazeta w chacie wiejskiej, to jeszcze rzadkość, niemal zbytek. Przyzwyczailiśmy się, że oświatę dawniej „panowie" z miasta darmo przynosili dla jakichś tam powodów, poczytując to za swój obowiązek, a obecnie rządowi instruktorzy. I to jest może najbardziej przykre, że chłop polski dotąd jeszcze całą naukę traktuje jako pańską zabawę. W najlepszym razie jak coś ciekawego, nawet przyjemnego, ale nie mającego najmniejszego związku z jego gospodarstwem. Stąd też gospodarz, który nawet nie zawaha się wydać kilkudziesięciu lub paruset złotych na wódkę, z targiem, z namysłem, z bólem wprost kupuje książkę i tylko wtedy, jeżeli ta książka jest koniecznie potrzebna dziecku

do szkoły, niechętnie idzie na odczyt, gdyż za wejście trzeba zapłacić kilka złotych, nie lubi dawać składek na żadne cele oświatowe. Zapominamy, czy też niewiemy o tym, że dziś zdobywa się lepszy byt, nawet za kilka morgów gruntu, nie tylko rękami i plecami, lecz przede wszystkim głową. Najcięższa praca, bez umiejętności, wielkich owoców przynieść nie może i zachodni nasi sąsiedzi stoją wyżej od nas, nie tylko dlatego, że więcej pracują, ale przede wszystkim dlatego, że pracują mądrzej. Najlepszym przykładem jest Dania. Zresztą moglibyśmy i powinniśmy czytać książki dla zwiększenia naszej wiedzy, a nawet wprost dla przyjemności, aby wiedzieć, co się na świecie dzieje, jak inni ludzie żyją i pracują. To naprawdę znacznie milsze spędzanie czasu, niż przy kieliszku. Sienkiewicz mówi: „gdy się ktoś zaczyta, zawsze albo; czegoś się nauczy, albo zapomni o tym, co mu dolega, albo zaśnie; w każdym razie wygrywa."

Gdyby tak wieś nasza oddała na książkę, trzecią część tego, co wydaje na wódkę, nie było by domu na wsi, gdzieby nie było kilku czy kilkunastu książek, nie było by wsi bez biblioteki lub czytelni, w której można by mile, ciekawie i korzystnie spędzić czas, wolny od pracy. Gdyby tak choć w pewnej części zamienić kieliszek na książkę, szynk na czytelnię, na dom ludowy, w którym odbywałyby się przedstawienia, zabawy, które i bez wódki mogą być bardzo wesołe, prędko i wiele zmieniłoby się na lepsze. Jeszcze przed Wielką Wojną Światową, w byłym Królestwie Polskim, wydawaliśmy na wódkę po 3 ruble od osoby. Przed ostatnią wojną, po przeliczeniu wódki, piwa i wszystkich napojów alkoholowych na spirytus znajdujemy, że na głowę obywatela wypada prawie 2 litry czystego spirytusu. Zwróćmy uwagę: dwa litry na człowieka, nie wyłączając kobiet i dzieci. Ładna porcja. Pomyślmy tylko, co można by zrobić dziś na wsi, gdyby co rok przez 20 lat naszej niepodległości, w każdej wsi wydawano dodatkowo tylko po dwa złote od osoby na oświatę. Naprawdę oświeciłoby to nasze głowy, podniosło dobrobyt, poprawiło gospodarkę. I kościół, i szkoła i zarząd gminny, i zabudowania gospodarskie byłyby wtedy inne, a i sam gospodarz wyglądałby inaczej. A to przecież tylko od nas zależy.

Wszyscy ludzie, i światli, i ciemni, i ci, co Polską rządzą, i ci, co polską ziemię orzą, wiedzą, że kraj nasz nie podniesie się bez wielkiego wysiłku ze strony wszystkich obywateli. Idźmy jednak dalej: Polska jest krajem rolniczym, krajem, którego przyszłość opiera się na dobrobycie dobrego rolnika. Przyszłość Polski zależy nie od tego, w jakim gmachu będzie Sejm zasiadał, ale od tego, w jakiej chałupie będzie chłop polski mieszkał

i w jakiej oborze bydło utrzymywał. I zdaje mi się, że nie przesadzam, twierdząc, że pijaństwo nam tu w drogę wchodzi i przeszkadza zamienić tę marną, walącą się jednoizbową chałupę, wyraz naszego ubóstwa, na murowane kilkuizbowe mieszkanie, do czego już dawno dośli nasi sąsiedzi na zachodzie. Pijaństwo wyrządza nam wielką krzywdę nie wyłącznie przez to, że zmniejsza zdolność do pracy, że pochłania nasze dobro, które się przecież u nas nie przelewa, nie tylko dlatego, że na wódkę idzie grosz zaoszczędzony i to co powinno pójść na polepszenie gospodarstwa, ale również i dlatego, że koło wódki kręci się całe nasze życie towarzyskie, że łączymy się najchętniej koło kieliszka i dla kieliszka, na czym niezmiernie cierpią sprawy społeczne i osobiste, i co bardzo poniża wartość naszego życia.

To tylko człowiek ciemny rubasznie mawiał dawniej, by jeść i pić ile wlezie „żeby dusza wiedziała, że nie we kpie siedziała“. Ani wódka, ani wino, ani piwo nie są pokarmami, nie są konieczne nawet w tym celu, aby przyjemnie czas spędzić, dlatego najlepiej było by, gdybyśmy się ich zupełnie wyrzekli, a pieniądze zaoszczędzone obrócili na coś bardziej pożytecznego. Niejeden z czytelników powie, że może to i racja, ale odwyczaić się trudno. Cóż wobec tego robić. Być tak umiarkowanym, aby nie tracić godności ludzkiej, aby ten, co „stworzony na obraz i podobieństwo Boże“ nie stawał się nigdy podobny do niemych zwierząt. Jeżeli w żaden sposób nie możemy się pozbyć tego ohydnego nałogu pijmy przynajmniej w miarę, „żeby dusza wiedziała, że w człowieku siedziała“, pamiętając jednak, że stałe picie, najbardziej umiarkowane, jest tylko mniej obrzydliwe, lecz dla zdrowia niemniej szkodliwe, niż picie do utraty przytomności.

Wódka nikogo jeszcze w życiu nie uszczęśliwiła..... prócz szynkarzy.



Alkohol niszczy narządy wewnętrzne.

Różne bywają trucizny: są takie, co zatruwają krew i powodują śmierć gwałtowną przez to, że krew staje się niezdatna do użytku. Inne działają trująco na mózg i nerwy, pozbawiają człowieka świadomości i czucia. Jeszcze inne przeżerają żołądek i jelita, lub też niszczą narządy ważne do życia, takie jak wątroba lub nerki. Jednak przeważna część tych trucizn działa tylko w jednym kierunku, zniszczenie spowodowane przez truciznę ograniczone jest zazwyczaj tylko do jednego narządu, lub conajwyżej kilku.

Spotykamy obok tego takie trucizny, które powodują zniszczenie w całym ustroju, nie oszczędzając żadnego narządu, żadnej części ciała i sprowadzają schorzenie ogólne, ciężkie, trudne do wyleczenia, prowadzące najczęściej do przedwczesnej śmierci. Do takich trucizn o działaniu ogólnym należy alkohol, czyli spirytus.

Najczęstszym objawem ostrego zatrucia jest utrata przytomności, trwającej rozmaicie długo i niekiedy, u osób bardziej zatrutych, kończąca się nawet śmiercią. Zbyt znane są to rzeczy, by je tutaj powtarzać. Mniej natomiast znane szerokiemu ogółowi są te zmiany i choroby, jakie sprowadza przewlekłe zatrucie alkoholem, wskutek częstego, albo stałego picia wódki, oraz innych napojów zawierających alkohol. Im alkohol jest bardziej stężony, czyli jak to się mówi, im wódka jest mocniejsza, tym prędzej i tem cięższą sprowadza chorobę. Najbardziej więc niebezpieczne jest używanie mocnych wódek, choć i najsłabsze napoje, przy ciągłym używaniu, prowadzą nieuchronnie do poważnych chorób, skracających życie. Naturalnie nieoczyszczony alkohol (okowita, bimber) jest jeszcze poważniejszy w skutkach.

Próżno byśmy szukali takiego narządu w organiźmie ludzkim, w którym wódka nie poczyniła by szkodliwych zmian. Szkodliwe jej działanie rozpoczyna się od pierwszej chwili wlania do ust. Delikatna błona śluzowa, wyściełająca usta, pod wpływem alkoholu ulega zniszczeniu, a na skutek tych zniszczeń przedostają się wgłąb różne zarazki, wywołujące zapalenie bło-

ny śluzowej, głównie na dziąsłach i na języku, następnie niesmak, brak apetytu, cuchnienie z ust, ropienie dziąseł i wypadanie zębów. Najgorsze jednak zniszczenia powoduje alkohol z chwilą, kiedy przedostaje się do żołądka.

Trudno jest pojąć, jakiego rodzaju są te szkody bez znajomości budowy i czynności żołądka. Musimy wiedzieć dokładnie, że żołądek odgrywa ważną rolę w trawieniu. Spożyty pokarm w żołądku, niby w fabryce chemicznej, ulega przeróbce na taką postać, która może wędrować dalej do kiszek (jelit) i tu po niewielkich już zmianach może przedostać się przez ściankę jelita do krwi.

Do tej przeróbki służy sok trawienny wytwarzany w żołądku. Otóż ten sok jest niezbędny do trawienia i bez niego pokarm tkwiłby w żołądku w stanie niestrawionym. Sok ten wydzielany jest przez ścianę żołądka, a właściwie przez delikatną błonę śluzową, wyściełającą żołądek. Wyobraźmy sobie teraz, że na tę ścianę lejemy codziennie płyn ostry, palący, zabijający drubniutkie komórki, wydzielające sok żołądkowy. Niepotrzeba być lekarzem żeby zrozumieć, że wówczas wydzielanie soku żołądkowego nie odbywa się już nadal sprawnie. Początkowo, wskutek podrażnienia tych komórek, wydzielają one nawet nieco więcej soku, ale nie jest to już ten sam sok trawienny, jaki wydziela żołądek zdrowy: jest to raczej jakiś płyn śluzowy i surowiczy, taki jaki się wydziela przy oparzeniu na skórze. Po pewnym czasie jednak i to wydzielanie ustaje. Żołądek przestaje trawić, człowiek traci apetyt, ma gniecenie w dołku, nudności, wymioty, zaczyna chudnąć, choćby nawet jadł więcej, niż normalnie. Po pewnym czasie cera staje się niezdrowa, szara, ziemista, często żółtaczkowa, wskutek równoczesnego schorzenia wątroby. Na skutek ogólnego wyniszczenia u takiego człowieka ginie on, przedwcześnie, przez nic innego, jak tylko przez wódkę.

Gdybyż to tylko wyniszczenia powodowane przez wódkę ograniczyły się do żołądka, byłoby jeszcze pół biedy. Niestety, zatrucie sięga dalej. Takie same zniszczenie znajdujemy u pijaka w jelitach. Wątroba, przez którą przechodzą wszystkie te produkty, przedostające się przez ścianę jelit do krwi, musi przepuszczać przez siebie całą ilość wypitej wódki. Nic więc dziwnego, że wątroba ulega chorobie najwcześniej. Choroba ta może przez długi czas nie przejawiać się niczym i potym nagle wybuchnąć dopiero w tym okresie, kiedy już żaden lekarz nic pomóc nie może. Najczęściej dochodzi to t. zw. marskości wątroby pijaków: tworzy się duża wątroba, często bolesna, na skórze wystę-

puje żółtaczka, w brzuchu zbiera się płyn puchlinowy, na nogach tworzą się obrzęki. Zwykle jest to już początek końca. Osobnik taki nie może już chodzić, a tymbardziej pracować, nie opuszcza już zwykle łóżka, aż do śmierci, która zwykle nie długo w tym okresie daje na siebie czekać.

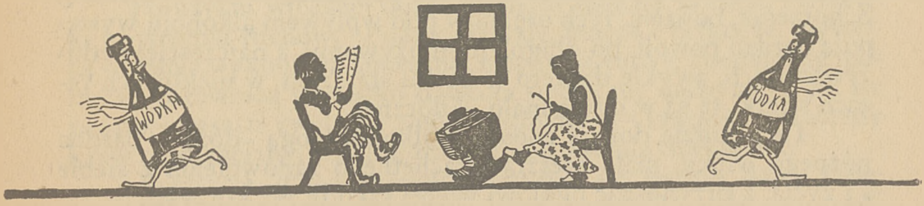
Należy wspomnieć jeszcze o jednym ważnym narządzie, mianowicie o nerkach, wydzielających mocz. Bez nerek człowiek nie mógł by żyć nawet jednej godziny, gdyż wydalają one ciągle nazewnątrz różne trucizny, jakie się bez przerwy dostają do krwi. Oczywiście nerki, jak mogą, tak starają się usunąć ze krwi alkohol, który jest jedną z najgroźniejszych trucizn, udaje im się to jednak niedługo. Trucizna jest tak silna, że przy przechodzeniu przez nerki powoduje i tam zniszczenie: powstaje przewlekłe zapalenie nerek, które wywołuje wiele przykrych objawów. Wreszcie nerki przestają działać zupełnie i alkoholik ginie przy objawach t. zw. mocznicy, czyli zatrucia krwi moczem.

Największe spustoszenia czyni jednak alkohol w najbardziej delikatnym narządzie, mianowicie w mózgu i nerwach. Każde upicie się jest właściwie chorobą umysłową, spowodowaną zatruciem mózgu. Przy zatruciu przewlekłym dochodzi do ciężkich chorób, które nie poddają się łatwo leczeniu. Można tu wiele wyliczyć takich chorób umysłowych, których przyczyną jest wódka i które prowadzą nieuchronnie do domu dla obłąkanych. Znane jest np. t. zw. biała gorączka, czyli obłęd opilczy, wzbudzający grozę w każdym, kto ma możność zobaczenia tej choroby. Dalej strasznym cierpieniem niewątpliwie jest t. zw. mania prześladowcza na tle zazdrości u pijaków, prowadząca często do zabójstwa i zbrodni. Ciężką chorobą jest paraliż alkoholowy, dalej otępienie umysłu alkoholowe, dalej padaczka alkoholowa i wiele innych chorób, znanych specjalistom lekarzom. Wszystkie szpitale dla obłąkanych opustoszałyby w znacznym stopniu, gdyby ludzkość wyrzekła się raz nazawsze napojów alkoholowych.

Alkohol nie oszczędza żadnego narządu w ciele ludzkim. Przynosi on szkodę nawet takim narządom, które, zdawałoby się, z trawieniem nie mają nic wspólnego. Do takich narządów należą między innymi gruczoły rozrodcze, służące do utrzymania gatunku ludzkiego. Te gruczoły ulegają również poważnemu uszkodzeniu, którego skutki możemy dopiero pojąć. kiedy mamy możność ocenić jakie to dzieci rodzą się z rodziców — pjiaków. Ileż to głuptasów, kretynów, idiotów od urodzenia zawdzię-

cza swe nieszczęśliwe istnienie tylko temu faktowi, że ojciec lub matka ulegali nieszczęśliwemu nałogowi pijaństwa.

Nie podobna w tak krótkich słowach, choćby najpobieżniej, wyliczyć te choroby i cierpienia, jakie ludzkość samochcąc sobie stwarza, przez picie wódki i innych napojów alkoholowych. Nauka lekarska zna ich bardzo dużo i opis tych chorób stanowi treść licznych dzieł lekarskich. O żadnej truciźnie nie napisano tyle książek, co o wódce i to również wskazując jak straszliwą trucizną jest wódka.



Pijany a pijak.

Już w dwie minuty po wypiciu kieliszka wódki można, przy pomocy analizy, stwierdzić obecność alkoholu we krwi i we wszystkich organach, dokąd go krew zanosi, mówią nam badacze.

Nic więc dziwnego, że alkohol może wywierać wpływ ujemny na wszystkie organy.

Gdyby, jednak, zaburzenia powstawały jedynie w przewodzie pokarmowym, w nerkach, wątrobie i sercu, to nieszczęście nie było by takie, żeby alkohol nazywać najgorszą klęską społeczną. Schorzenia, bowiem, tych organów pod wpływem alkoholu występują bardzo powoli, po długoletnim używaniu, a najczęściej nadużywaniu ich, zwykle dopiero w wieku starszym, w niektórych razach skutki te są w ogóle mało widoczne.

Tacy ludzie dobrze znoszący alkohol mogą dożyć bardzo późnego wieku, mało zresztą szlachetnego zadowolenia z siebie i z życia, a przynosząc ogółowi więcej szkody niż korzyści.

Zło alkoholu jednak leży w czym innym.

Jest on przede wszystkim trucizną nerwową, najszybciej i najsilniej atakuje komórki układu nerwowego.

Ale i w mózgu nie wszystkie części tkanki nerwowej jednakowo szybko ulegają zaburzeniom. Najpierw i najsilniej są zaatakowane te komórki, które najpóźniej się rozwijają, są w rozwoju najmłodsze, ale najbardziej wydoskonalone. Komórki te rządzą czynnościami wyższych władz umysłowych, zdolnością krytycznego sądu, subtelnych uczuć i siły woli.

Później nieco występują zaburzenia ośrodków drugiego rzędu, to jest tych, które panują nad zdolnością kojarzenia ruchów złożonych, mowy i równowagi. A dopiero przy użyciu bardzo dużej ilości alkoholu zaburzeniom ulegają ośrodki pierwszego rzędu, regulujące czynności płuc i serca, najstarsze, najbardziej niezbędne do życia, ale najmniej wydoskonalone, rozwinięte u człowieka tylko w takim stopniu, jak u zwierząt.

Szybkość, z jaką występują wspomniane zaburzenia i stopień ich nasilenia, zależy od ilości wypitego napoju, jego mocy i od osobniczej wrażliwości, widoczne zaś objawy ostrego za-

trucia alkoholowego czyli upicia się — od dziedzicznego usposobienia pijących.

Znany polski psychiatra Dr. Radziwiłłowicz wyraża się, że gdy człowiek wchodzi do sali, w której znajduje się towarzystwo pijanych, ma przed sobą, jak w wielkim szpitalu dla umysłowo chorych, zbiór różnych postaci obłędu.

Jedni, znajdujący się w początkowym stadium upicia, są podnieceni, rozprawiają żywo, gestykulują, śmieją się, skaczą lub płaczą, filozofują, chcą reformować świat i ludzi — wszyscy oni są ogarnięci ostrym obłędem przejściowym, zupełnie podobni do maniaków, melancholików, obłąkańców wszelkich odcieni, a których obłęd występuje w postaci urojeń i wynikającego z nich ostrego szału i pomięszania — ci są bardzo niebezpieczni, awanturują się, niszczą sprzęty i naczynia, często biją, krają nożem, strzelają, gwałcą i palą.

W tym stadium upicia krąży krew w człowieku, jak powiada Szekspir, krew tygrysia.

Po użyciu większej ilości alkoholu ulegają zatruciu i ośrodki kojarzenia ruchów. Pijany jąka się, płącze i bełkocze, wywraca oczami, wykonywa śmieszne, niepewne ruchy, chwieje się, potrąca i przewraca wszystko dookoła siebie, nie może ustać ani iść prosto, wreszcie zwala się z nóg całkowicie — krąży w nim wtedy krew nierogacizny, według trafnego określenia Szekspira.

Wreszcie, gdy stan upicia posuwa się jeszcze dalej, zaburzeniom ulegają i ośrodki płuc i serca, oddech staje się szybki i powierzchowny, bicie serca przyśpieszone i słabe; w razach bardzo ciężkiego zatrucia i porażenia płuc i serca może nastąpić śmierć.

Ostry, przemijający obłęd pijanych jest przyczyną wielu nieszczęść, przestępstw, zbrodni i tragedii rodzinnych i społecznych.

Częste nadużywanie alkoholu, wielokrotne upijanie się prowadzi do trwałego obłędu i otępienia opilczego, do urojeń, zupełnego zatracenia uczuć etycznych, estetycznych i do przedwczesnego uwiądu starczego na tle opilstwa.

A jednak ani przemijający obłęd opilczy, ani trwałe otępienie niepoprawnych opojów, nie są jeszcze najgorszą klęską sprowadzaną przez alkohol.

Największym złem, ze społecznego punktu widzenia, jest przewlekłe zatrucie — alkoholizm chroniczny.

Powstaje ono zawsze, u tych co piją często, choćby bardzo małe ilości napojów alkoholowych.

Alkohol bowiem, nawet w małej dawce użyty, zostaje wy-

dalony z organizmu bardzo powoli, w ciągu 48 godzin i później. Przy używaniu nawet małych, ale częstych dawek alkoholu, nowa dawka zostaje wprowadzona do organizmu zanim poprzednia została wydalona; powstaje trwałe działanie małej ilości trucizny.

Ilość ta zaledwie wystarczy do zaatakowania bardziej delikatnych komórek mózgowych najwyższego rzędu.

Powstaje niewidoczne, ale trwałe przytępienie krytycznego sądu, zdolności do trudnych kalkulacji umysłowych, najszlachetniejszych uczuć etycznych i estetycznych, co się daje wykryć tylko przy pomocy badań psychologicznych.

Człowiek pijący swoje dwa kieliszki wódki codziennie, albo jeden — dwa kufle piwa, niczym napozór nie zdradza zjawiającego się powoli i zdradliwie przytępienia umysłowego. Ta ilość alkoholu staje się nawet dlań jak gdyby konieczną, podnieca go i orzeźwia, tym niemniej przytępienie umysłu i woli zwolna ale trwale postępuje naprzód.

Że tak jest istotnie, potwierdzają liczne doświadczenia Krepelina i innych uczonych, które stwierdzają, że po wypiciu w ciągu kilku dni z rzędu jednego kieliszka wódki dziennie, w ciągu następnych dni kilkunastu liczba błędów przy liczeniu jest stale większa, gorsze są wyniki strzelania do celu i mniejsza wydajność pracy umysłowej.

Pod wpływem trwałego działania bardzo małej dawki alkoholu, człowiek w którym pokładano wielkie nadzieje, który miał talent olbrzymi, przyszły genialny artysta, inżynier, dyplomata, mąż stanu, staje się potem człowiekiem przeciętnym i ani jemu samemu, ani innym do głowy nie przyjdzie, aby to załamanie najświetniej zapowiadającej się kariery, przypisywać tym niewielkim dawkom alkoholu, które pił najpierw, bo się tak zdarzało, bo wypadało czasem wypić, wreszcie bo się przyzwyczaił i potrzebne mu one były dla „zdrowia". Jeszcze większe spustoszenia czynią małe, częste dawki alkoholu w najwyższej sferze uczuć ludzkich. Zjawia się pewna oschłość dla najbliższych, oziębłość dla przyjaciół i ojczyzny, zmniejszona wrażliwość na cudze cierpienia, obniżenie poczucia honoru i godności osobistej — stąd tak częste niedelikatności, grubijaństwa, nadużycia, defraudacje, wykroczenia i przestępstwa.

To są naprawdę pijacy, choćby nikt ich pijanymi nie widział. I oni to stanowią największą klęskę ze społecznego i narodowego punktu widzenia, bo ich jest, niestety, bardzo wielu we wszystkich sferach społecznych nie wyłączając najwyższych dostojników, od których nieraz zależą losy i dobrobyt kraju.

Świetny przykład przytępiającego wpływu alkoholu na losy narodu mamy w naszej własnej historii.

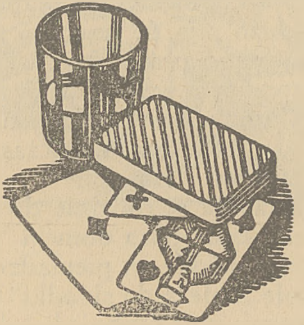
Naród nasz od początku swego zjawienia się na arenie dziejów stale się rozwijał i doszedł w XXI wieku do nadzwyczajnej potęgi w dziedzinie politycznej, w nauce i sztuce. Wódka była podówczas w Polsce nieznana, a wino i piwo pijali bardzo nieliczni. W wieku XVI niestety, wraz z wielu innymi umjeiętnościami, nauczono się i sztuki pędzenia wódki ze zboża. Odtąd wysyłano z Polski, przez Wisłę i Gdańsk do obcych krajów coraz mniej galarów ze zbożem, bo coraz więcej powstawało karczem i gorzelni. Ubóstwo zawitało do kraju.

Pijaństwo ogarnęło wszystkie stany. Stopniowo, choć niewidocznie naród doszedł do takiego zubożenia, że nie tylko nie potrafił obronić kraju, ale stracił poczucie godności, upodlając się wreszcie podpisaniem własnego rozbioru. Rozluźnienia obyczajów, kłótliwości, przytępienia uczuć patriotycznych, etycznych i estetycznych, przekupstwa i zdrady szlachty XVII i XVIII wieku należy szukać do pewnego stopnia w przewlekłym zatruwaniu alkoholem.

Trzeba było dopiero największego nieszczęścia, utraty wolności i wiekowej niedoli, aby się naród zaczął dźwigać z tego otępienia.

I przyszłe losy narodu zależą między innymi od trzeźwości jego najszerszych warstw.

Niechby sobie pili i ginęli w obłędzie opilczym bezmyślni opoje, zatruwający się do utraty przytomności. Z nimi łatwiej da sobie radę społeczeństwo, wyrzucając ich poza nawias życia, umieszczając ich w więzieniach, szpitalach i przytułkach. Brońmy się przede wszystkim od tych licznych rzesz pijaków, co nie upijając się, przytępiają małymi dawkami alkoholu najwyższe cechy swego serca i umysłu, utrata których wcześniej czy później prowadzi do zwyrodnienia i upadku narodu.



Nie dawać dzieciom alkoholu.

Zwyczajem ogromnie rozpowszechnionym u nas jest dawanie dzieciom od lat najmłodszych alkoholu, piwa, wina a nawet wódki, jako lekarstwa, aby dziecko było silniejsze, lepiej wyglądało, lub wprost aby miało... przyjemność.

Kiedy dziecko po raz pierwszy pije, alkohol mu nie smakuje, pije nawet z pewnym wstrętem, a jednak zachęca się je do picia, a czasem nawet przymusza. Dostając alkohol stale, dziecko się do niego przyzwyczaja i znajduje smak w wódce czy piwie. — Jeżeli nawet nie częstujemy dziecka alkoholem, to jakże często dajemy mu zły przykład, pijąc sami. Przecież u nas nie ma święta, nie ma uroczystości rodzinnej czy nawet narodowej bez wódki. Dziecko patrzy na to od najmłodszych lat, nic też dziwnego, że uważając za dobre wszystko, co rodzice i najbliżsi robią, chce ich naśladować i zaczyna pić, a rodzice się na to godzą i sami zachęcają: „taki duży chłopak, niech się już napije".

Skoro się dziecko do alkoholu przyzwyczai, oduczyć go od picia bardzo trudno. Dzieci pijące są źle rozwinięte fizycznie, tracą pamięć i są słabe na umyśle; stają się senne i apatyczne to znaczy, że niczego im się nie chce: ani zabawy, ani nauki. Inne są ponure i milczące tak, że trudno się z nimi dogadać, albo też drażliwe, nieposłuszne, krnąbrne, mściwe i okrutne. Można je łatwo namówić do przestępstw, a nawet do zbrodni.

Czytając to wszystko, może ktoś zapytać, czy naprawdę dzieci w Polsce tak dużo piją, że trzeba o tym mówić. Smutne to, że tak jest, ale niestety prawdziwe. Wiadomości zbierane po naszych szkołach pod tym względem wykazują, że dzieci, któreby wcale nie piły alkoholu, jest bardzo mało. Przeważnie dzieci dostają wódkę lub piwo od czasu do czasu, a wiele z nich pije stale, to jest raz na tydzień i częściej.

Dzieci przyzwyczajone w rodzinie do alkoholu, nauczone cenić ten napój, nieraz same poza domem o wódkę zabiegają. Niektóre dzieci kupują wódkę za pieniadze, otrzymane gdzieś przypadkowo, w szkole „należą do składki" to jest kupują wspólnie z kolegami szkolnymi; inne probują handlu, a spotyka się i ta-

kie, które w odpowiedzi na pytanie, skąd mają pieniądze na wódkę, odpowiadają: „kradzione“.

Walczyć z pijaństwem wśród dzieci jest i bardzo łatwo i bardzo trudno. Łatwo, bo nie byłoby dzieci pijących, gdyby dziecko nie widziało alkoholu w domu; trudno, *bo do tego jeszcze bardzo daleko u nas, aby rodzice chcieli tego prostego środka użyć i aby dla szczęścia własnego i dla dobra dziecka wyrzekli się wódki; innej jednak drogi nie ma.*

Kiedy się o tym mówi, to często słyszy się odpowiedź: „a to niech szkoła nauczy dzieciaka, że nie trzeba pić“. To nie jest słuszne. Szkoła i tak ma wiele do zrobienia, nie należy na nią zrzucać tego, co powinno być zrobione w rodzinie. Przy tym przerobić charakter dziecka bez pomocy rodziców nie zawsze się uda. A jeśli szkoła przekona dziecko, że nie należy pić, a w domu będzie dziecko widziało ojca i matkę pijących, co o nich pomyśli? Jakże źle będzie się dziecko czuło wówczas w domu.

Jeżeli chcemy sprawić dziecku przyjemność, dać mu rozrywkę, tyle jest innych sposobów: są zabawy i gry z innymi dziećmi, sporty, wycieczki, ciekawa książka, czasem teatr, ale nie alkohol.

Alkoholu dzieciom dawać nie wolno nigdy, pod żadnym pozorem.



On pije, my płacimy.

Można byłoby obojętnie patrzeć na to, czy ktoś pije, czy nie, gdyby pijący tylko swoje zdrowie rujnował, swoje grosze przepijał i sobie szkodził. Ale czy tylko sobie szkodzi? Przyjrzyjmy się życiu.

Weźmy jakąkolwiek gazetę do rąk i przeczytajmy, ile to nieszczęśliwych wypadków spowodowanych zostało nadużywaniem albo tylko używaniem alkoholu. Oto szofer wypił parę kieliszków i nabrał odwagi, a stracił na rozwadze i zręczności. Jemu się zdaje, że on wszystko teraz robi lepiej, a on akurat robi gorzej. Bez wódki jechał by wolniej, a gdyby musiał kogoś wyminąć, zrobił by to ostrożniej i zgrabniej. Po paru kieliszkach, wcale nie pijany, jedzie po kawalersku i zawadza gdzieś o wóz, powodując śmierć i kalectwo. Taki trochę tylko „zaprószony" jest czasem gorszy od pijanego, bo pijany leży, a na pół trzeźwy to zuch, który wszystko robi, czego nie powinien i powoduje nieszczęście. Ale ileż to wypadków jest przy maszynach tylko dlatego, że obsługa pije? Tego pas porwał, tamtego tryby schwyciły, temu nóż palce obciął, bo odwagi nabrał z kieliszka. Te sieroty pozostałe, tych bezrękich i beznogich musi ktoś utrzymywać. Robimy to wszyscy.

A te bijatyki na zabawach i jarmarkach! Przecież na trzeźwo to by ludzie tak nie rzucali się jeden na drugiego z kijami, nożami, kłonnicami. Ile to razy po weselach mamy pogrzeby, po ilu zabawach trzeba wołać doktora na opatrunek. Nic też dziwnego, że z ludzi siedzących w więzieniach znaczna część nigdy by tam nie trafiła, gdyby nie wódka. I policję i więzienia utrzymuje całe społeczeństwo.

A idźmy do domów dla wariatów. Ile tam jest pijaków i dzieci pijaków? Tych umysłowo chorych, kretynów my wszyscy musimy utrzymywać, na nich płacić podatki. Albo oni pili, albo ich rodzice, a my płacimy.

A ten najstraszniejszy skutek pijaństwa — choroby, zwy-

rodnienie i nędza. Jest taki Jan, czy Piotr, który pije i płodzi dzieci nienormalne bez końca. Po pewnym czasie on idzie z torbami, a dzieci jeśli nie stały się pod wpływem ojca wyrodkami, czasem zbrodniarzami, też w każdym razie daleko nie zajdą. Zawsze im grozi szpital albo przytułek albo więzienie. I za to wszystko my płacić musimy. Dlatego nie wszystko jedno, czy ktoś pije, czy nie. Mało jest samemu nie pić, trzeba jeszcze walczyć, starać się o to, żeby inni nie pili.



Czy alkoholika można wyleczyć i czy alkoholików należy leczyć?

Opracowano na podstawie artykułu Dra St. Deresza.

Są to pytania, które słyszymy stale, gdy tylko zachodzi mowa o zwalczaniu alkoholizmu. Skąd bierze się taka wątpliwość? Przecież jeżeli istnieje choroba, to powinno być i lekarstwo na nią! Otóż cała trudność polega na braku zrozumienia dla istoty alkoholizmu, jako choroby. Alkoholika jeszcze mało kto uważa za chorego — sądzą, że to człowiek, jeżeli nie złej woli, to przynajmniej taki, który nie chce wyzbyć się złego przyzwyczajenia, że należy porządnie go ukarać, a zaprzestanie się upijać, i wszystko będzie w należytym porządku.

Musimy sobie uprzytomnić, że alkoholizm szerzy się nie dlatego głównie, że ludzie są źli albo mają wrodzone zamiłowanie do trunków, alkoholizm szerzy się przede wszystkim wskutek braku uświadomienia wśród najszerszych warstw ludnosci, że alkohol to trucizną, że człowiek, który przyzwyczai się do trunków, to już człowiek chory. Brakiem uświadomienia można wytłumaczy ten nasz rodzimy, barbarzyński zwyczaj zmuszania do picia każdego, kto ma szczęście być w towarzystwie ucztujących, a sam nie chce pić. Rzecz zrozumiała, że wszystkie znane niedomagania naszego życia zbiorowego jak; brak mieszkań, trudne warunki bytowania i inne sprawiają, że często ludzie pracy uciekają ze swych łegowisk, zwanych pomieszczeniami i szukają wytchnienia w szynkach, gdyż nie ma możności spędzenia chwili wolnej od pracy w dostępnym dla wszystkich, bezalkoholowym lokalu rozrywkowym. Wprawdzie odwiedzanie szynków kosztuje drogo i to bardzo drogo, ale każdy przecież początkowo wchodzi do szynku z zamiarem nie picia, względnie wypicia tylko „jednego“. Od tego „jednego“ niestety zaczyna się zwykle nieszczęście, które kończy się przewlekłym zatruciem alkoholowym, czyli zwykłą chorobą. Dla odciągnięcia ludzi od wódki trzeba dużego uświadomienia i zmiany warunków, wśród których żyjemy. Tylko zbiorowy, długoletni wysiłek całego społeczeństwa, może spowodować poprawę. Musimy jednak już

obecnie dążyć do zmiany istniejącego stanu, na lepszy. Nim nastąpi pożądana poprawa, nim ludzie przestaną zapadać na przewlekły alkoholizm, musimy zająć się tymi, którzy już zachorowali, albo są na drodze do nabycia choroby. O nich musimy pomyśleć i przedsięwziąć wysiłki, aby ich uratować od zguby.

Każda choroba jest łatwiejsza do opanowania wtedy, gdy jest niezbyt „zastarzałą", gdy nie poczyniła zbyt wielkich zmian w organiźmie człowieka. A więc najpierw musimy ratować początkujących alkoholików, gdyż często dobre słowo, przyjacielskie wyjaśnienie, uczynione przez osobę cieszącą się zaufaniem, może mieć decydujące, zbawienne znaczenie dla początkującego nałogowca.

Dlatego praca nad organizacją domów ludowych, restauracji bezalkoholowych, świetlic itp. instytucji, gdzie ci ludzie mogliby otrzymać potrzebne im wiadomości, jest bardzo pilną. Niestety mamy przed sobą jeszcze długą drogę żmudnej pracy, nim Polska pokryje się siecią podobnych instytucji. Przy każdej więc nadającej się sposobności i na każdym miejscu winniśmy szerzyć uświadomienie szkodliwości alkoholu.

Co jednak zrobić z tymi, którzy już stali się nałogowcami? Otóż okazuje się, że wyleczenie alkoholika, chociaż często trudne i żmudne, ale jest możliwe. Wysiłki czynione nad leczeniem alkoholików dają wyniki nie gorsze, niż przy ratowaniu innych chorych np. gruźlików.

Dawniej sądzono, że alkoholika można leczyć tylko w specjalnym zakładzie, że należy go umieścić tam na przeciąg 1 — 2 lat, a wtedy on może nie wróci do nałogu. Taki pobyt w zakładzie wymaga dużo pieniędzy, odrywa człowieka od jego zajęcia i dlatego jest niedostępny dla szerszych rzesz nałogowców, ale w pewnych warunkach może i powinien być stosowany. Jeżeli przyjmiemy pod uwagę, że znaczny procent kuracjuszów, zwolniony z takiego zakładu, po powrocie do swych zwykłych warunków życia, wkrótce wracał do alkoholu, to zrozumiemy dlaczego leczenie alkoholików nie mogło mieć szerszego zastosowania.

Obecnie na tę sprawę zapatrujemy się inaczej. Uważamy, że akoholików zasadniczo należy leczyć w tych warunkach, w jakich oni muszą pozostawać stale. Dlatego też przenosimy cały ciężar leczenia tego rodzaju chorych na przychodnie przeciwalkoholowe, które mieliśmy przed wojną i które musimy zorganizować. Alkoholików traktujemy narówno z pacjentami cierpiącymi na inne choroby, z tem zastrzeżeniem, że alkoholik winien pozostawać pod opieką lekarską od 1 do 2 lat, aby nie było nawrotu choroby. Jak przy zwalczaniu gruźlicy czy chorób wenerycznych, idziemy

do mieszkania tego, który jest zagrożony jedną z chorób społecznych i uczymy go, oraz jego otoczenie, zasad życia higienicznego, tak i przy alkoholiźmie musimy zbliżyć się do chorego, oraz jego domowników, aby nauczyć ich, co mają czynić dla ratowania chorego.

Samo leczenie alkoholików może być skutecznie przeprowadzone, tylko przez odpowiednio przygotowanych lekarzy, gdyż żadne reklamowane przez zagranicznych szarlatanów specyfiki nie przynoszą nic, poza stratą pieniędzy i rozczarowaniem.

Posiadane przez nas sposoby leczenia alkoholików bez „cudownych środków" dają nam możność otrzymania poprawy u większości pacjentów, Część naszych chorych, składająca się z ludzi wyjątkowo słabej woli, nie poddaje się leczeniu ambulatoryjnemu, dla nich jest niezbędnym zakład leczniczy, szczególnie dla tych, którzy miewają okresy nasilenia choroby w tak znacznym stopniu, że leczenie w poradni nie wystarcza. Po przebyciu w zakładzie okresu „głodu" alkoholowego, tacy pacjenci mogą wrócić do swych zwykłych zajęć z zastrzeżeniem, że jeszcze przez rok lub dwa pozostaną pod opieką przychodni przeciwalkoholowej. Obecnie nie mamy, a powinniśmy mieć conajmniej kilka.

Są i tacy alkoholicy, których choroba o tyle posunęła się, że wymagają oni leczenia w szpitalu psychiatrycznym, gdyż są już psychicznie chorymi, ale tu natrafiamy na brak miejsc. To też widzimy, że tacy chorzy mordują ludzi, palą zabudowania, dopuszczają się i innych przestępstw.

Powinniśmy więc pamiętać, że 1) alkoholika można wyleczyć, o ile rozpoczął kurację nie za późno, 2) alkoholików leczyć należy koniecznie, 3) wydatek poniesiony na zwalczanie alkoholizmu i leczenie alkoholików sowicie opłaci się, gdyż zaoszczędzi nam kosztów łożonych obecnie na więzienia, szpitale i opiekę społeczną, nie licząc innych strat, ponoszonych przez społeczeństwo, a sprowadzonych przez alkoholików.

Stopniowo, aczkolwiek nieco późno, rośnie w Polsce zrozumienie, że alkohol jest naszym wrogiem narodowym, zagrażającym już nie tylko rozwojowi dobrobytu, ale nawet istnieniu naszego państwa, gdyż podkopuje siły, ducha i moralność narodu.

Coraz więcej ludzi w Polsce zaczyna pojmować, że mając niezliczone trudności do pokonania przy utrwaleniu naszego bytu, musimy mieć zdrowy duch w zdrowym ciele.

Drukarnia Spółdzielni «Samopomoc Nauczycielska», Rasayńska 22 B—06343